



## Màxim suport de l'assemblea als projectes actuals i futurs del Centre



**E**l passat dimecres 26 de novembre, el Centre va celebrar la segona Assemblea General Ordinària de l'any, congregant un notable nombre de socis i sòcies compromesos que van omplir la Sala d'actes de l'entitat.

L'acte va iniciar-se amb la presentació de l'informe de la Junta Directiva que va exposar el president Eduard Cayón. Va destacar l'evolució del CEC en aquests darrers anys i mesos que permeten mirar el futur amb optimisme, solidesa i compromís renovat amb el país. El president va explicar els principals projectes que s'es-

tan endegant com l'Esport verd, el 150è aniversari, EXCAT2030, la transformació digital i la possibilitat d'iniciar la rehabilitació del Xalet de la Molina, entre d'altres.

Posteriorment es van aprovar les quotes de soci i el pressupost per l'any 2026 per a la gestió i govern de l'entitat. Aquestes qüestions van ser presentades i explicades pel director general, Ton Barnils, i pel vicepresident segon, tresorer, estratègia i finances, Josep Maria Simó.

En la crònica publicada a la nostra pàgina web podeu trobar tots els detalls.

## 149è aniversari del CEC i premi Columna



**E**l Centre va celebrar la seva trajectòria de cent quaranta-nou anys el passat diumenge 16 de novembre en l'acte d'aniversari. El punt central va ser l'atorgament del Premi Columna al Grup de Recolzament d'Actuacions Especials (GRAE) dels Bombers de la Generalitat de Catalunya, en reconeixement a la seva tasca imprescindible en les operacions de rescat i salvament, garantint la seguretat d'aquells que s'acosten a la natura. La jornada es va completar amb l'homenatge als socis centenaris, pilars de la vitalitat del CEC, i un brindis mirant cap al 150è aniversari. Més informació al web del cec.

## Quotes 2026

| MENOR TUTELAT  |       |
|----------------|-------|
| SOCI / SÒCIA   | TOTAL |
| Júnior 14 - 17 | 38 €  |
| Infants 0 - 13 | 32 €  |

MATRÍCULA GRATUITA

### QUOTA DE PLE DRET AMB DEDUCCIÓ FISCAL (€)

| SOCI / SÒCIA   | QUOTA 2026 | 55 %     | 60 %     | 95 %    |
|----------------|------------|----------|----------|---------|
| VETERANS ≥65   | 192 €      | 111,15 € | 103,80 € | 52,35 € |
| SÈNIOR 31 - 64 | 210 €      | 119,25 € | 111 €    | 53,25 € |
| FAMILIARS      | 172 €      | 92,25 €  | 85 €     | 34,25 € |
| JOVES 26 - 30  | 123 €      | 70,20 €  | 65,40 €  | 31,80 € |
| JOVES 18 - 25  | 91 €       | 55,80 €  | 52,60 €  | 30,20 € |
| COL·LECTIUS    | 192 €      | 101,25 € | 93 €     | 35,25 € |
| PROTECTOR      | 384 €      | 197,55 € | 180,60 € | 97,55 € |

MATRÍCULA 40 €

## SORTIDES

### EXCURSIONISME CLÀSSIC I CULTURAL

DIJOUS, 4 DE DESEMBRE

#### PUIG DE SES CADIRETES

**CICLE:** Grup del Dijous.

Itinerari circular entre Tossa de Mar i puig de ses Cadiretes.

**ITINERARI:** Tossa de Mar, coll del Sastre, pins del Bisbe, ermita Mare de Déu de Gràcia, menhir de Montllor, para dolmen d'en Garcia, menhir d'en Llach, puig de ses Cadiretes (519 m), parc de sa Riera, bassa de sa Riera, pi Gros de Can Martí, Tossa de Mar.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 5,5 h / Distància: 15 km / Desnivell: +/- 600 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** zona esportiva Anna Esteve Llach (Tossa de Mar), 09:00 h.

**VOCAL:** Teresa Larrieu.

DIJOUS, 11 DE DESEMBRE

#### NADAL A LA VINYA DELS ARTISTES

**CICLE:** Grup del Dijous.

Celebrem Nadal com cal. A La Pobra de Cérvoles visitarem l'Arboretum, un jardí format per arbres i arbustos, ens passejarem per la Vinya dels Artistes, un museu d'escultures a l'aire lliure iniciat per Josep Guinovart, farem un tast de vins i olis en una visita guiada al celler Mas Blanch i Jové, pujarem al castell de Cérvoles i cantarem nades per donar la benvinguda al Nadal que s'aproxima.

**ITINERARI:** la Pobra de Cérvoles, camí de Vilosell, Arboretum Dr. Barberà, bassa i observatori d'aus, ermita de Sant Miquel, carrer de les Basses i safareigs, era del Ravallenc, Vinya dels Artistes, corral de Pla de Cantonella, castell de Cérvoles, pantà de la Pobra, aljub del Pla del Tomos, La Pobra de Cérvoles.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 5,5 h (amb visites) / Distància: 11,5 km / Desnivell: +/- 150 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** plaça de les Pobles de La Pobra de Cérvoles, 09:30 h (esmorzats).

**NOTA:** cal dur dinar de motxilla i moltes ganes de cantar!

**PREU:** visita al celler Blanch i Jové, Vinya dels Artistes i tast de vins i olis: 12 € per persona.

**VOCALS:** Núria Comas.

### INSCRIPCIONS

Per participar a les sortides que organitza el CEC és imprescindible inscriure's formalment a través del web, telefònicament o presencialment en horari d'atenció al soci/a (consultar el web).



DISSABTE, 13 DE DESEMBRE

#### EL POBLE VELL D'ÒDENÀ

**CICLE:** Pobles perduts de Catalunya.

El poble vell d'Òdena és un assentament abandonat del municipi d'Òdena. El nucli es trobava alçat en un turó de guix de 420 m d'altitud, dominant així la fondalada del riu Anoia. Les primeres dades del nucli apareixen al s. X, on destaca l'existència d'un poble murat, el qual va mantenir els seus trets originals d'espai urbà fortificat amb castell fins al s. XIX. Veurem cups, guixeres, gorgs i forns de calç pels voltants d'Òdena.

**ITINERARI:** ermita de Sant Miquel, castell d'Òdena, poble vell d'Òdena, forns de calç de la Productora, cantera de guix, pont de Monells, font de Ca n'Enrich, gorg de Cal Roig Nou, gorg Torrent Rossinyol, cup del Netes, Cal Nasi, forns de Cal Viadiu, pont de Guix, cup de Cal Pessetero, Òdena.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 4 h / Distància: 12 km / Desnivell: +/- 220 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** Bar Can Vileu d'Òdena (passeig de Sant Miquel 15), 09:30 h (per esmorzar ple-gats).

**NOTA:** possibilitats de dinar en un restaurant per celebrar Nadal.

**VOCALS:** Núria Comas i Yolanda Piñol.

#### EL TURÓ DE MOIÀ I EL RIU BESÒS

**CICLE:** Sortides d'autor/a.

Excursió per pujar al turó de Moià, de Montcada i Reixac, i després seguir el riu Besòs fins Santa Coloma de Gramenet. Si tenim temps i ens plau podem baixar al Parc Fluvial del Besòs per veure el Museu d'art urbà Besòs (BesArt River Museum). Mariscal hi ha pintat recentment un mural del Cobi de 17x4 m.

**ITINERARI:** Montcada i Reixac, riu Besòs, torrent de Vall Llosera, camí de la Font del Tort, font del Tort, torrent de Can Güell, coll de Moià, turó de Moià (239 m), Montcada, riu Besòs, parc de Can Zam de Santa Coloma de Gramenet.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 3 h / Distància: 6 km / Desnivell: +/- 200 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** estació de Renfe de pl. Catalunya, 09:00 h (el tren surt a les 09:18 h).

**NOTA:** cal portar esmorzar i dinar. És una excursió matinal si només es fa el turó de Moià.

**VOCAL:** Núria Casals.

DIMARTS, 16 DE DESEMBRE

#### CAMINANT AMB ELS POETES DE BADALONA

**CICLE:** Caminant amb Lletres.

**CAMINAREM** per Badalona acompanyats per la poesia de Josep Gual i de Coloma Lleal. Pas-sejarem arran de mar i ens endinsarem a la ciutat recorrent parcs, carrers i places fins al port esportiu per tornar cap al centre on farem una parada per dinar i celebrar l'arribada de Nadal.

**ITINERARI:** estació RENFE Badalona, passeig de la Rambla, platja d'en Botifarreta, platja del Cristall, platja de la Barca Maria, masia de Can Canyadó, parc de Ca l'Arnús, parc de Can So-lei, Can Mercader, barri Casagemes, Can Casacuberta, la Llauna, port esportiu, platja del Pont del Petrol, platja de l'Estació.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 5 h / Distància: 11 km / Desnivell: +/- 31 m.

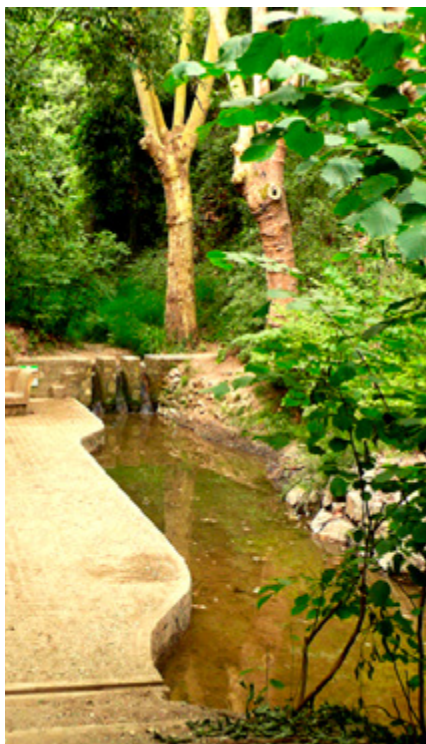
**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** estació de Renfe de Badalona, 09:30 h (esmorzats).

**NOTA:** dinar opcional en un restaurant de la zona.

**VOCALS:** Núria Comas.

## SORTIDES



**DISSABTE, 20 DE DESEMBRE**

### DE SANT VICENÇ A SANT BOI DE LLOBREGAT

**CICLE:** Calaix de sastre.

Excursió que enllaça aquestes dues poblacions del Baix Llobregat.

**ITINERARI:** Sant Vicenç dels Horts, paratge de can Coll, barri de Sant Roc, camí del Bon Punt, GrR92, plaça de les Bruixes, pla de Massala, coll Querol, camí de Can Cartró, Can Palós, Santa Bàrbara, Can Codina, Sant Boi.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 4,5 h / Distància: 12 km / Desnivell: +/- 250 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**NOTA:** cal portar esmorzar i dinar.

**VOCAL:** Núria Casals.

**DIMECRES, 17 DE DESEMBRE**

### SENDERISME AL TURÓ DE LES ONZE HORES

**CICLE:** Valls, carenes i cims.

Des del santuari de Puiggraciós pujarem al turó de les Onze hores i farem una circular passant pel Clascar i Sant Pere de Bertí.

**ITINERARI:** santuari de Puiggraciós, turó de les Onze Hores, Can Mestret, el Clascar, Sant Pere de Bertí, Ca l'Esmolet, grau de Montmany, Sant Pau de Montmany, Puiggraciós.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 6,5 h / Distància: 16 km / Desnivell: +/- 760 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** aparcament del santuari de Puiggraciós, 09:00 h.

**VOCALS:** Carme Vila i Marta Vilalta.

### ALTA MUNTANYA

**DIUMENGE, 14 DESEMBRE**

#### REFUGIS AMB BON GUST + DINAR DE NADAL

**CICLE:** Refugis i alta muntanya amb bon gust.

**ITINERARI:** refugi Puigcercós, castell Palmerola, Moreta, salt Cara de Boc, refugi Puigcerós.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 5 h / Distància: 13,5 km / Desnivell: +/- 600 m

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** estació d'autobús i tren Fabra i Puig, 06:45 h.

**NOTA:** excursió matinal i dinar de bon gust i de celebració del Nadal al refugi (hi ha opció de venir només al dinar).

**VOCAL:** Juan Manuel Arrabal.

### MARXA NÒRDICA

**DILLUNS 1, 15 I 29 DESEMBRE**

#### TALLERS D'INICIACIÓ DE DESEMBRE

**CICLE:** Posa't en forma amb la marxa nòrdica.

**ITINERARI:** volta pel parc de Can Dragó (Barcelona).

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 2 h.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** sortida de l'estació de Fabra i Puig, 18:00 h.

**VOCAL:** Amadeu Julià.

**DILLUNS, 8 I 22 DE DESEMBRE**

#### TALLERS DE PERFECCIONAMENT DE DESEMBRE.

**CICLE:** Posa't en forma amb la marxa nòrdica.

**ITINERARI:** volta pel parc de Can Dragó

(Barcelona)

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** sortida de l'estació de Sant Andreu Arenal, 18:00 h.

**VOCAL:** Amadeu Julià.

**DISSABTE, 13 DE DESEMBRE**

#### MARXA NÒRDICA - SORTIDA DE DISSABTE

**CICLE:** Posa't en forma amb la marxa nòrdica.

**ITINERARI:** des del velòdrom d'Horta, carretera de les Aigües, tornada velòdrom.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 3 h / Distància: 8-10 km / Desnivell: +/- 300 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** metro Mundet (línia verda, costat Muntanya), 09:00 h.

**VOCALS:** Amadeu Julià i Maite Pont.

**DISSABTE, 20 DE DESEMBRE**

#### MARXA NÒRDICA SANT MEDIR: CELEBRACIÓ NADAL 2025

**CICLE:** Posa't en forma amb la marxa nòrdica. Recorregut des de Sant Cugat fins a Sant Medir amb Marxa Nòrdica.

**ITINERARI:** estació FGC Sant Cugat, carrers centre Sant Cugat, Pi d'en Xandri, Can Borrel, Sant Medir.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 4 h / Distància: 12 km / Desnivell: +/- 230 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** plaça de l'estació de Sant Cugat del Vallès, 08:30 h.

**NOTA:** farem una enquesta de Google per qui es vulgui quedar a celebrar el Nadal després de l'activitat a través del xat "Marxa N. Marxa A". Pot venir qui vulgui encara que no participi de l'activitat.

**VOCALS:** Maite Pont, Amadeu Julià i Yolanda Pinyol.



## SORTIDES

### BICICLETA

DISSABTE, 6 DESEMBRE

#### SORTIDA AMB BICI PEL RIU LLOBREGAT

**CICLE:** Bici fàcil.

En bicicleta pel Berguedà, resseguint el riu Llobregat.

**ITINERARI:** Cal Rosal, pont del Pedret, Sant Vicenç d'Obiols, Cal Rosal.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 4 h / Distància: 21 km / Desnivell: +/- 260 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**VOCALS:** Josep Maria Galà i Francesc Estrada.

### ESQUÍ DE MUNTANYA

DISSABTE I DIUMENGE  
13 I 14 DESEMBRE

#### ASCENSIÓ AL TUC DE LA CIGALERA (2.502 M) I AL TUC DE PARRÓS (2.727 M)

**CICLE:** Sortides i travesses d'esquí de muntanya.

Esquí de muntanya a la Vall d'Aran en la modalitat de "muntanya sense pressa".

**ITINERARI:**

**Dissabte:** port de la Bonaigua, tuc de la Cigalera per l'aresta SO i descens pel mateix itinerari.

**Diumenge:** pla de Beret, tuc de Parrós per la vall i l'estany de Parrós (descens pel mateix itinerari).

**NIVELL:** \*\*\*\* cal experiència / Temps: 3 h (dissabte), 7 h (diumenge) / Distància: 5 km (dissabte), 16 km (diumenge) / Desnivell: +/- 430 m (dissabte), +/- 877 m (diumenge).

**PERNOCTACIÓ:** Aran Hostel del CEC (només allotjament).

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** Palau Reial, 07:30 h.

**VOCAL:** Pau Quesada.

### ESQUÍ NÒRDIC

DISSABTE, 20 DESEMBRE

#### ESQUÍ DE FONS A TUIXENT LA VANSA

**CICLE:** Amb els esquís als peus.

Sortida d'un dia a l'estació d'esquí nòrdic Tuixent La Vansa.

**ITINERARI:** els recorreguts marcats de les pistes d'esquí.

**NIVELL:** en funció de l'habilitat física i el recorregut escollit.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** Balmes/Bergara, 06:15 h.

**VOCALS:** Lali Andreu, Lali Pineda i Marisa Pallada.

### RAQUETES DE NEU

DISSABTE, 20 DESEMBRE

#### SORTIDA A TUIXENT LA VANSA

**CICLE:** Amb les raquetes als peus.

Ruta circular de raquetes de neu, nivell senzill, per començar temporada de neu.

**ITINERARI:**

**Opció 1:** Tuixent La Vansa, barraca de Pastor, refugi Les Foques, barraca de Sangonelles, refugi de L'Arp, Tuixent La Vansa.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 4 h / Distància: 9 km / Desnivell: +/- 350 m.

**Opció 2:** Tuixent La Vansa, Tossa Pelada, pedrò dels 4 Batlles, Tuixent La Vansa.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 5 h / Distància: 8 km / Desnivell: +/- 550 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** estació de tren i autobús de Fabra i Puig, 07:00 h.

**NOTA:** reunió prèvia el dijous 18/12/2025 a les 19 h al CEC.

**VOCAL:** Juan Manuel Arrabal.



DISSABTE, 27 DE DESEMBRE

#### RAQUETES DE NEU AL CAPCIR

**CICLE:** Amb les raquetes als peus.

Pistes de Les Lloses Refugi del Coll del Torn.

**ITINERARI:** refugi del Coll del Torn des del col de la Llose. Tornada pel mateix itinerari.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 5 h / Distància: 13,5 km / Desnivell: +/- 350 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** estació de tren i autobús Fabra i Puig, 06:45 h.

**VOCAL:** Juan Manuel Arrabal.

### CIÈNCIA

DISSABTE, 13 DESEMBRE

#### EXPLORACIÓ BOTÀNICA A SANT ROC DE GURB (OSONA)

**CICLE:** Curs "La Fisonomia Vegetal de Catalunya".

Sortida de treball de camp emmarcada en el curs La Fisonomia vegetal de Catalunya, amb el qual es commemora el 20è aniversari de l'Equip de Recerca Botànica del Centre Excursionista de Catalunya i el 40è aniversari de l'inici de l'activitat botànica continuada en el CEC.

**ITINERARI:** Sant Andreu de Gurb (560 m), el «bosc encantat», torrent i font del Puig (550 m), Terressos del Puig, serrat de la Basa, Sant Roc (601 m), pla de Sant Roc, pla del Fanal, Terressos del Tir i del Puig, torrent i font del Puig, el «bosc encantat», Sant Andreu de Gurb.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: tot el dia / Distància: 4 km / Desnivell: +/- 100 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**NOTA:** reunió prèvia l'11/12/2025 (telemàtica i presencial) al CEC, 19:45 h.

**VOCALS:** Valentí González i Josep Nuet.



## SORTIDES

### CULTURA

#### DIMECRES, 17 DESEMBRE

##### EXCURSIÓ SORPRESA 2025

**CICLE:** Sortides culturals en autocar i transport públic

Com cada any, per aquestes dates, fem una tradicional sortida Sorpresa, a on no se sap el lloc a on es va, ni les coses que es poden visitar, ni el dinar que menjarem. Tot és sorpresa! Això sí, tothom tindrà un regal i hi haurà un sorteig de llibres.

**VIATGE:** amb autocar.

**TROBADA:** avinguda Diagonal 355 (zona blava autobús), 08:30 h.

**VOCAL:** Mercè Falcó.

#### DIUMENGE, 21 DE DESEMBRE

##### SORTIDA DE DIBUIX I PINTURA A MASIA CAN DEU, SABADELL

**CICLE:** Dibuix i pintura.

**ITINERARI:** sortida amb tren de Barcelona fins a Terrassa Est des d'on seguim el camí verd per anar a masia de Can Deu de Sabadell.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 2,5 h / Distància: 7,5 km / Desnivell: +150 /-106 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** estació de Barcelona-Pl. Catalunya (Rodalies R4), 08:25 h (segona trobada estació Terrassa Est, 09:20 h).

**VOCALS:** Maria Lluïsa Parellada i Rosa Maria Planells.

### JOVES

#### DISSABTE I DIUMENGE 20 I 21 DE DESEMBRE

##### TROBADA DE JOVES NADALENCA FUM FUM FUM!

**CICLE:** Multiactivitat Joves.

Celebrem un any més juntes l'entrada a les festes de Nadal. Aquest any tornem al Berguedà, a l'alberg Cal Manel (Saldes) on passarem la nit del dissabte sopant i cantant nades i rodejats d'un entorn que ofereix diversitat d'activitats.

El format de la sortida és auto-organitzat. Des de l'organització es gestiona únicament l'allotjament, però cadascú s'organitza l'activitat del nivell que vulgui, d'acord amb els seus coneixements i experiència.

**NIVELL:** \*\*\*\* cal experiència.

**PERNOCTACIÓ:** alberg Cal Manel (MP) o furgó.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** alberg Cal Manel de Saldes (plaça del Pedraforca s/n, davant de l'Ajuntament).

**VOCALS:** Júlia Ramis, Xabier Fabà i Alexandra Ciscar.



#### DIMECRES 31 DE DESEMBRE I DIJOUS 1 DE GENER

##### CAP D'ANY 2025 - REFUGI D'ESTÓS

**CICLE:** Multiactivitat Joves i Joves+

Us proposem realitzar un Cap d'Any en comú on poder dur a terme l'activitat que més us vingui de gust de caràcter hivernal i conèixer altres persones amb qui compartir la muntanya en la seva màxima esplendor. El format de la sortida és autoorganitzat. Cadascú s'organitza l'activitat del nivell que vulgui, atès als seus coneixements i experiència.

**NIVELL:** \*\*\*\* cal experiència.

**PERNOCTACIÓ:** refugi d'Estós (MP).

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**VOCALS:** Gemma Xaubet, Roser Obradors i Sergi Ayats.

### FAMÍLIES

#### DIUMENGE, 14 DESEMBRE

##### NADAL AL MONTNEGRE I EL CORREDOR

**CICLE:** Cims d'aventura.

Excursió pels voltants del santuari del corredor i posada del pessebre.

**ITINERARI:** excursió amb desnivells no gaire forts, alternant pujades i baixades per camins i pistes, passant per indrets amb un alt valor ecològic i pel dolmen de Ca l'Arenes. Visitarem també el pou de glaç de Can Bosc, el pi Cargolat, la pedrera de les Roques del Pare Jaume, el santuari del Corredor, el mirador del Corredor, la font del Grèvol...

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 4 h / Distància: 10,7 km / Desnivell: +/- 380 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** santuari del Corredor, 10:00 h.

**VOCALS:** Marc Ribas, Albert Duarte i Jordi Izquierdo.

### ACTIVITATS GUIADES

#### DISSABTE I DIUMENGE 27 I 28 DE DESEMBRE

##### PIRINEU ORIENTAL HIVERNAL AMB RAQUETES DE NEU

Activitat de 2 dies amb raquetes de neu pels amants de la natura i la muntanya com tu, on podràs descobrir paisatges d'encant de la zona de Porté-Puymorens i Llac de les Bouillouses en la seva esplendor hivernal, tot fent nit a l'alberg La Bruna, on podràs descansar a la piscina climatitzada.

**ITINERARI:**

**Dissabte:** ens trobarem al coll de Porté-Puymorens i pujarem per la vall fins a la coma del Prat de l'Orri de la Vinyola, amb vistes al pic de la Mina. Farem un taller de nivologia i, en acabar, anirem a l'alberg La Bruna per instal·lar-nos.

**Diumenge:** farem una excursió pels voltants del llac de les Bouillouses. Sortirem de l'aparcament del pla dels Avellans fins arribar al refugi de les Bouillouses i llac homònim. La tornada la farem passant pels estanys del Racó, Llarg i Negre fins arribar de nou a l'aparcament.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 5,5 h (dissabte), 6 h (diumenge) / Distància: 8 km (dissabte), 11 km (diumenge) / Desnivell: +/- 490 m (dissabte), +/- 350 m (diumenge).

**PERNOCTACIÓ:** alberg La Bruna de Bellver de Cerdanya (MP).

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** coll de Porté-Puymorens, 09:30 h.

**NOTA:** reunió prèvia telemàtica l'11/02 a les 20 h.

## ALTRES ACTIVITATS

### ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

**DILLUNS, 1 DESEMBRE**

#### RAMON FONT PRESENTA

**CICLE:** Dilluns Cinema Amateur.

Estrena de dues pel·lícules d'aquest realitzador que combina el gènere de viatges amb un argument: "Entre tu i ella" (per Costa Rica), 45' 2024, amb una parella de viatge per a celebrar els 50 anys junts, una reflexió sobre els camins que es collim. "País Búlgar gens vulgar", 25' 2024, documental d'un país molt poc conegut. Tresors, bel·leses, indrets especials, curiositats de Bulgària.

**HORA:** 19 h.

**LLOC:** sala d'Actes.

**DIJOUS 4, 11 I 18 DE DESEMBRE**

#### TROBADA DE L'EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA

**CICLE:** Trobades al laboratori de botànica del CEC.

Sessió setmanal online i presencial per preparar les sortides de treball de camp i determinar les plantes que s'han herboritzat. També es tracten temes de botànica i donem resposta a les qüestions sobre botànica que plantegen els assistents.

**HORA:** de 18 a 19:45 h, sessió presencial; de 19:45 a 20:45 h, sessió telemàtica.

**VOCALS:** Josep Nuet i Valentí González.

**DIMARTS, 9 DE DESEMBRE**

#### CLUB DE LECTURA FINS AL CIM! 2025-2026

**CICLE:** Club de lectura Fins al Cim!

Club de lectura per donar a conèixer, llegir i

discutir, obres de muntanya que s'hagin escrit a casa nostra i terres enllà. Lectura: *El Noi silvestre* de Paolo Cognetti.

**HORA:** 19 h.

**LLOC:** biblioteca del CEC.

**DILLUNS, 15 DE DESEMBRE**

#### SELECCIÓ UNICA 2025

**CICLE:** Dilluns Cinema Amateur.

Del 85\*th Film Competition between Nations and Congress que, organitzat per la Unió Internacional de Cinema (UNICA), s'ha celebrat a Birmingham (UK) el passat agost, projectarem una selecció de vídeo films de tot el món a cura de Jordi Micó.

**HORA:** 19 h.

**LLOC:** sala d'Actes.

**DIMARTS, 16 DE DESEMBRE**

#### CONCERT DE NADAL DE LA CORAL 4 CORDES

**CICLE:** Concerts de Música.

La coral del CEC 4 Cordes oferirà el concert de Nadal.

**HORA:** 18 h.

**LLOC:** sala d'Actes.

#### EXPOSICIONS CULTURALS AL CENTRE EXCURSIONISTA DE CATALUNYA

■ **Hold On**, de Laia Soler.

En el marc del Festival Panoràmic.

Del 23 d'octubre al 23 de gener de 2026.

**87 CERTAMEN ESTATAL DE VÍDEO NO PROFESSIONAL SELECTIU UNICA 2026**



**87 CERTAMEN ESTATAL DE VÍDEO NO PROFESSIONAL SELECTIU UNICA 2026**

El CEC representa Espanya en aquesta organització internacional pel fet de ser un dels fundadors. Cada any es convoca aquest certamen per a seleccionar el programa que ha de representar Espanya al Concurs Mundial de la Unió Internacional de Cinema (UNICA), que l'any 2026 se celebrarà a Lugano (Suïssa), del 30 d'agost al 4 de setembre. Data límit d'admissió: 15/1/2026. Bases a la web, a la recepció del CEC o demaneu-la a [cinemaivideo@cec.cat](mailto:cinemaivideo@cec.cat)

#### 68 CERTAMEN DE VÍDEO FILMS AMATEURS D'EXCURSIONS, REPORTATGES I DOCUMENTALS

Concurs idoni per a les activitats del CEC, amb tres apartats que competiran per separat:

- a) Vídeo films de viatges: reportatges de viatges turístics, culturals, etc.
  - b) Vídeo films de muntanya, natura o biologia.
  - c) Vídeo films documentals: sobre un lloc concret (història, urbanisme, tradicions, etc.) o activitats humanes (biografies, oficis, art, etc.).
- Butlleta d'inscripció a la web, a la recepció del CEC o demaneu-la a [cinemaivideo@cec.cat](mailto:cinemaivideo@cec.cat)



**34a CURSA CEC-COLLSEROLA**  
**14 DE DESEMBRE >>>> 23,8 km**

**CEC** Centre Excursionista de Catalunya

Benvinguts a l'Aran Hostel, un equipament de muntanya d'última generació que destaca en qualitat, confort i valors com la sostenibilitat i el respecte pel medi ambient.



# ARAN HOSTEL

Allotja't al cor de la Vall d'Aran i descobreix-la amb nosaltres!

## Tot tipus d'habitacions



### Una habitació per a cadascú

Les nostres habitacions s'adapten a les necessitats de cada visitant perquè construeixis la teva pròpia experiència.

- Habitacions múltiples
- Habitacions familiars
- Suites amb bany privat

## Espais compartits



### Espais de primera qualitat

Volem que trobis uns espais i serveis de primera qualitat perquè la teva estada amb nosaltres sigui fantàstica.

- Cuina totalment equipada
- Menjador i sala d'estar
- Terrassa i jardí

## Activitats i natura



### Molt més que un Hostel

Us oferim propostes d'activitats per poder gaudir en família o amics i descobrir la gran bellesa de la Vall d'Aran.

- Senderisme
- Raquetes de neu
- Esquí de muntanya

# LA MUNTANYA ET CRIDA

COMENÇA LA TEMPORADA D'HIVERN A L'ESCOLA DE MUNTANYA



Aprofita l'hivern per formar-te.  
Alpinisme, esquí de muntanya, escalada en gel i molt més.  
Consulta tota l'oferta escanejant el codi QR.